

Tabla de Decisiones

Protéjase usted, Proteja a otros

SI TIENE SÍNTOMAS DE GRIPA

Use las guías en esta tabla para tomar las mejores decisiones para usted y sus seres más queridos. Siempre tome buenas medidas preventivas y practique buenos hábitos de higiene:

- Lávese las manos frecuentemente.
- Tosa o estornude cubriéndose con su brazo/codo o en un pañuelo en vez de sus manos.
- Limpie con frecuencia las superficies más comunes.

<p>Situación para un adulto o niño</p> <p>La persona no tiene fiebre (temperatura $\leq 100^{\circ}\text{F}$), pero tiene estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dolor de garganta <input type="checkbox"/> Tos <input type="checkbox"/> Nariz tapada <input type="checkbox"/> Pecho congestionado 	<p>Decisión</p> <p>Probablemente es un resfriado.</p> <p>Se recomienda reposo.</p>
<p>Situación para un adulto o niño</p> <p>La persona tiene fiebre (temperatura $\geq 100^{\circ}\text{F}$). Fiebre repentina acompañada de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Tos <input type="checkbox"/> Fatiga <input type="checkbox"/> Dolor de garganta <input type="checkbox"/> Dolor muscular <input type="checkbox"/> Dolor de cabeza 	<p>Decisión</p> <p>Probablemente es la gripe.</p> <p>Se recomienda reposo.</p> <p>Consulte el folleto H1N1 La Gripe Porcina y Usted.</p> <p>Llame a su médico si es necesario.</p>
<p>Situación para un adulto o niño con riesgo de complicaciones</p> <p>La persona pertenece a un grupo de alto riesgo, (niños menores de 2 años de edad, ancianos, mujeres embarazadas y personas con enfermedades crónicas.)</p> <p>La persona tiene fiebre (temperatura $\geq 100^{\circ}\text{F}$) y uno de estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se le corta la respiración <input type="checkbox"/> Dificultad para respirar <input type="checkbox"/> Dolor al respirar <input type="checkbox"/> Vomito por mas de cuatro horas <input type="checkbox"/> El niño/a se comporta menos activo de lo normal, esta muy callado, no quiere jugar o está muy inquieto 	<p>Decisión</p> <p>Visite a su médico.</p>
<p>Situación para un adulto o niño</p> <p>La persona tiene fiebre $\geq 100^{\circ}\text{F}$ y uno de los siguientes:</p>	<p>Decisión</p> <p>Vaya a emergencias.</p>

Información General

Salud Publica
530-527-6824
1-800-655-6854

Hospital Sta. Elizabeth
530-529-8000

Información de la Gripe

Línea telefónica - H1N1
1-888-865-0564

www.norcalbt.com
www.cdph.ca.gov
www.cdc.gov
www.flu.gov

Números telefónicos importantes:

Medico:

Farmacia:

Agencia de Servicios de Salud
del Condado de Tehama
División de Salud Publica